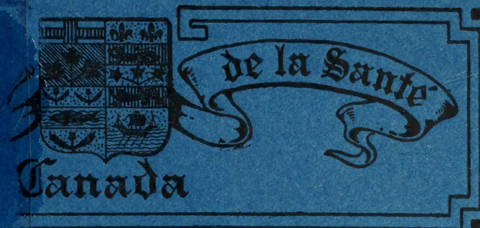


Les Petits Livres Bleus

Collection du Foyer

1—La première étape au Canada



Publié par Ordre du
Ministère de la Santé, Ottawa.

MINISTÈRE DE LA SANTÉ, CANADA

COLLECTION DU FOYER

1—La première étape au Canada



Publié par ordre du
MINISTÈRE DE LA SANTÉ
OTTAWA

Service du Bien-Être de l'Enfance

Les *Petits Livres Bleus*

OTTAWA
F. A. ACLAND
IMPRIMEUR DE SA TRÈS EXCELLENTE MAJESTÉ LE ROI
1922

48644—1

Où tu iras, j'irai; où tu demeureras, je demeurerai; ton peuple sera mon peuple, et ton Dieu sera mon Dieu; où tu mourras, je mourrai et j'y serai ensevelie.

Livre de Ruth, chap. 1, verset XIII.

La femme ne doit pas oublier qu'elle est la joie, le charme, la récréation de la famille; le grand principe de la politique domestique est de faire que son intérieur paraisse au mari plus agréable que celui des autres. L'agrément est donc, en quelque sorte, un des devoirs de la femme.... Or, ce qui répand le plus de charme sur l'intimité dans un ménage, c'est la culture de l'esprit.

P. Janet.

Le père: la justice exacte, la loi en action, énergique et austère, l'héroïque beauté rectiligne.

La mère: la douce justice des circonstances atténuantes, des ménagements équitables que conseille le cœur et qu'autorise la raison.

Michelet.

La culture de l'esprit n'exclut pas, quand elle est solide, le développement des qualités du cœur, et il faut convenir que c'est surtout par là que la femme doit briller; là est son vrai trésor. Mais il ne suffit pas qu'elle ait le cœur bon, compatissant, charitable; il faut aussi qu'elle l'ait élevé et fier, de telle sorte qu'elle puisse soutenir son mari dans l'adversité et dans les disgrâces de la vie, et qu'elle soit la première à l'encourager aux mâles résolutions.

J. Barni.

NOTE—Les *Petits Livres Bleus* sont traduits au ministère de la Santé.

POUR VOUS

C'est "pour vous" que nous avons été priée d'écrire le présent petit volume. Rien ne pouvait nous être plus agréable que de nous confier une telle mission.

Vous avez promis d'épouser l'homme que vous aimez, et de l'aider à fonder au Canada un foyer qui deviendra et le sien et le vôtre. De vives félicitations vous sont dues, de même qu'à votre fiancé. Le Canada—cette terre d'abondance et de prospérité—doit se réjouir de votre décision. En effet, chaque nouveau foyer rend la patrie plus heureuse. Or les pays heureux sont ceux où les foyers sont heureux. Aussi bien, Dieu bénisse votre nouveau foyer.

Le mariage

Le mariage constitue une société ou association. Qu'est-ce qu'une société, dans le langage des affaires? C'est un contrat bilatéral par lequel deux personnes conviennent de s'unir, de mettre en commun leurs travaux et leurs biens, s'engageant à partager également les profits et à compenser également les pertes. Le mariage est la plus haute forme que puisse atteindre une société. Le mariage est sacré,

durable et ennoblissant. Il constitue et crée les relations les plus élevées dont puisse se glorifier l'existence humaine. Le mariage réclame ce qu'il y a en vous de meilleur et il vous confère la beauté, la dignité et la gloire, de même qu'il les transmet à votre foyer et à votre patrie.

Profits et pertes

Vous ne manquerez pas, vous et votre mari, de retirer de grands bénéfices d'une telle alliance. Toutefois, une situation si nouvelle devra nécessairement apporter dans chacune de vos existences certains changements que vous devrez accepter de cœur joie, alors même qu'ils sembleraient un peu déconcertants de prime abord. Il n'existe pas de société où tout n'est que profit sans la moindre perte. Cependant les avantages que le mariage procure, dépassent de beaucoup toutes les dépossessions que l'on pourrait imaginer de ce chef.

Paix et bien-être

Ne dites jamais, voire même en votre for intérieur: "Pourquoi sacrifierais-je mon opinion parce que je suis mariée?"—Ce n'est pas là la question. Maintenant, ce n'est plus "mon opinion". C'est "notre opinion". Quelquefois les deux opinions seront identiques. S'il en

était autrement, faites montre d'un peu de patience et de bon sens, et réfléchissez à un commun terrain d'entente. Sans doute existe-t-il mille et une choses au sujet desquelles vous et votre mari vous pouvez avoir vos opinions personnelles. L'existence serait bien terne si tout le monde était du même avis! Vous vous rendrez compte que votre mari sera au fait de certaines choses que vous ignorez, et *vice versa.* Toutefois, ne blessez jamais les susceptibilités de votre mari. Les hommes sont très sensibles, tout aussi sensibles que les femmes. Que ce soit d'un côté ou de l'autre, il est impossible de toujours agir à sa guise. Il faut savoir se faire des concessions mutuelles. Surtout n'allez pas raconter votre histoire à tout le monde. Ne prenez pas les choses trop au sérieux. N'oubliez pas de sourire. La bienveillance, la patience, la douceur de caractère et le bon sens resteront toujours victorieux. Ce sont des qualités de ce genre qui créent cet élément de confiance réciproque, base du bonheur en ménage, confiance génératrice d'un amour qui ne meurt point, alors même que tous les autres rêves s'évanouiraient. Évitez la première querelle. Faites en sorte qu'elle ne se produise pas. Tenez-vous en éloignée. Il est si facile d'éviter toutes les autres querelles, si la première n'a jamais lieu! N'entrez pas en dispute, mais attendez quelques instants. Ses intentions sont

bonnes, de même que les vôtres. On ne sait jamais à quel point le motif le plus futile peut provoquer une controverse. Quoi qu'il arrive, ne vous endormez pas ce soir-là sans "faire la paix."

Pourquoi vous mariez-vous?

Parce qu'il est juste et naturel que vous passiez votre vie avec l'homme que vous aimez. Fonder un foyer: voilà ce qu'un homme et une femme peuvent faire de plus grand. Or chacun sait qu'il faut le concours des deux pour fonder un foyer.

Le toit paternel et le nouveau foyer

Où se trouvait le toit paternel—votre vieille maison?

C'était n'est-ce pas, le cher endroit où votre père et votre mère habitaient? Vous avez bien fait de dire que vous vouliez, vous aussi, établir votre toit et aider à fonder un nouveau foyer au Canada. Nul doute que le respect, l'affection et la sage intuition que suscite une inclination naturelle vous ont engagée à prononcer le "grand oui". Tout particulièrement le respect. Si, par delà tout ce qu'on peut qualifier de simple penchant, vous ressentez un véritable respect pour le caractère de votre futur mari—sachant qu'il s'efforcera

toujours d'agir en droiture et en bonté—vous n'avez rien à craindre. D'un autre côté, si tels ne sont pas vos sentiments, et si vous désirez vous unir à votre fiancé pour les seuls avantages matériels que vous espérez en retirer, *arrêtez-vous un instant, réfléchissez!*—Agissez-vous sagement?—Non. Vous commettez une erreur, si vous vous mariez à seule fin d'exploiter votre mari: par exemple pour jouir d'une vie facile, pour de l'argent, des toilettes ou, enfin, pour tout autre motif aussi peu recommandable.

Lorsque votre maman a marié votre papa, ce n'était guère par recherche d'une vie facile et vide, n'est-ce pas?

Tous nous avons deux foyers. En premier lieu la maison où nous sommes nés, et ensuite celle que nous édifions pour nous-mêmes. La vie vaut toujours la peine d'être vécue. La possession d'un foyer vaut toujours la peine qu'on la recherche. Les enfants sont la couronne et le complément du foyer.

L'autre jour j'ai entendu dans la rue une jeune fille qui disait: "Oh! c'est très bien de se marier, pourvu qu'on n'ait pas à s'occuper d'une bande d'enfants!" Si la mère de cette jeune fille avait professé les mêmes sentiments, où celle-ci serait-elle parvenue? Nulle part! Jamais elle n'aurait vu le jour! Cette malheureuse enfant se trouvait donc complètement dans l'erreur. Le mariage est une excellente

chose si l'on a des enfants. Ce sont eux qui constituent le foyer idéal. Ce sont eux qui font rayonner le bonheur autour de vous. La vie quand ils sont là, vaut la peine d'être vécue. Un foyer sans enfants!.... Oh! non, jamais!

Nombre de personnes qui raffolent des enfants en voient cependant leur foyer privé, sans que cela soit aucunement de leur faute. Toutefois, nous espérons que votre foyer ne sera pas dépourvu des joies intimes et profondes qui accompagnent la venue des enfants.

Faites votre devoir

Préparez-vous à jouer votre rôle dans le cercle familial que vous venez de fonder. Faites votre devoir. Vous aurez à prendre charge des soins du ménage et de la maison, ce qui implique un haut poste de confiance. Il n'y en a pas de plus élevé. Ne l'abandonnez pas. Votre mari s'occupe des choses de l'extérieur et fait son devoir. Vous avez, vous aussi, votre besogne qui est tout aussi importante que la sienne. Les hommes construisent des maisons: les femmes édifient des foyers. L'établissement d'un foyer ne constitue pas une tâche facile. C'est ici, en effet, que tous vos dons naturels trouveront leur place et leur utilité, si robuste et si habile que vous puissiez être. En outre du soin

et de l'administration du foyer, vous aimerez sans doute à être au courant de tout ce qui peut intéresser votre mari, car vous êtes son aide la plus précieuse et il ne manquera pas de compter sur vos bons conseils et sur la solidité de votre jugement. Règle générale, les hommes qui réussissent le mieux, sont ceux qui se consultent avec leurs femmes. Comme le dit le vieux proverbe: "Celui qui veut prospérer, doit d'abord consulter sa femme". Lorsque votre mari vous confie ses projets et qu'il vous demande ce que vous en pensez, il possède déjà lui-même une plus claire vision du plan conçu, et souvent vous lui fournirez des idées auxquelles il ne s'était jamais antérieurement arrêté. Tenez-vous en constante sympathie de cœur et d'esprit avec lui. Ne lui parlez pas trop de vos soucis quotidiens, et dites-lui juste ce qu'il faut pour qu'il soit au fait de vos travaux et qu'il s'intéresse à votre personne. Tâchez de rendre votre conversation intéressante. Surtout n'allez pas oublier ce qu'il vous a dit hier soir au sujet des chevaux, de la moisson, de la boutique ou des taux de transport; au sujet du teneur de livres ou de l'usine, ou du bureau, ou des bons de la Victoire, ou du blé de semence, ou, enfin, au sujet de tout ce qui occupe son travail et de tout ce qui lui tient au cœur. Il a besoin de votre encouragement, de même que vous avez besoin de son appui.

Votre pays

Et puis vous êtes une citoyenne. Vous avez droit de vote. Le Canada requiert un bon vote de votre part. Vous devez être renseignée sur le Canada, sur son gouvernement, et vous devez participer au bon fonctionnement de la chose publique. Lisez les journaux et discutez-en le contenu avec votre mari. Réfléchissez. Donnez chaque jour libre jeu à vos facultés intellectuelles.

" Votre besogne "

Si donc, après votre mariage, vos devoirs et votre champ d'action sont si variés et si importants, tout ce qui peut contribuer à développer et à améliorer vos facultés physiques et mentales, contribuera également à faire de vous une meilleure épouse, une meilleure mère, une meilleure femme d'intérieur et une meilleure femme d'affaires. N'oubliez jamais que vous avez une âme. Sauf votre âme, rien de ce qui vous entoure n'est immortel.

Ce que nous faisons bien, nous aimons tous à l'accomplir. Créez-vous un intérieur de choix et vous aimerez votre foyer. Absolument, il faut que vous soyez au courant de "votre besogne."

En tout premier lieu, rappelez-vous que c'est vous qui devez commander votre travail, et non pas votre travail qui doit vous commander. Soyez sur le qui-vive.

Votre bonne mine

Une jeune mariée reçut un jour la visite d'une femme âgée.

—"À quoi pensez-vous d'avoir la tête en papillottes?", dit la visiteuse.

—"Bah! je suis mariée maintenant!", repartit la jeune femme.

N'allez pas commettre cette fatale erreur. S'il vous était facile de vous faire belle, comme on dit, avant le mariage, vous pouvez encore en faire autant. Que la robe que vous portez à la cuisine soit aussi jolie, en son genre, que celle que vous avez au salon. Toutefois—et cela va sans dire—que la robe de cuisine convienne au genre de travail qui lui est attribué. Montrez-vous toujours à votre meilleur avantage, qu'il s'agisse de vos cheveux, de vos mains ou même de vos tabliers. Efforcez-vous de vous donner bonne mine. On peut n'importe quand s'acheter une paire de gants de caoutchouc pour trente-neuf sous, et il n'y a guère de travail que vous ne puissiez effectuer avec des gants de ce genre. (Quand vous les avez achetés, lisez à l'intérieur de vos gants les

instructions imprimées qui vous apprennent comment vous devez en prendre soin.) Ayez une berceuse dans votre coin favori de la cuisine, de même que, tout près, un petit miroir pendu au mur. En un clin d'œil, vous aurez ainsi la certitude que votre tenue est correcte.

Les personnes bien mises rendent service à tous ceux qui les voient. Un mignon tablier de cuisine, avec poches et manches courtes, laissant voir vos jolis bras, constitue l'un des vêtements modernes les plus attrayants.

Tenez-vous au courant de votre besogne

Les journaux et les revues possèdent des pages ou des sections consacrées aux affaires du ménage. Lisez-les. Votre mari s'est chargé de soutenir financièrement la maison, et vous avez pris sur vous de la diriger. Faites donc en sorte que votre direction soit bonne.

Il peut arriver que vous ayez besoin de gagner quelque argent en dehors de la maison, bien que nous espérions le contraire, car tout l'argent que vous pourriez ainsi accumuler ne compensera jamais la perte de votre travail et de vos soins à l'intérieur du foyer. Il n'y a pas d'argent qui puisse rémunérer ce que vous faites chez vous, mais, cela va sans dire, votre travail ne manque pas de représenter un certain capital. Si vous demeurez sur une ferme, vous aurez

souvent l'occasion de donner un coup de main, soit en prenant soin du jardin, de la laiterie, du poulailler, de la correspondance, de la comptabilité, ou encore de l'aménagement général. La maîtresse de maison a besoin de sa part régulière d'argent, soit pour le maintien du logis, soit pour s'habiller ou pour toutes autres fins. C'est là une bonne politique à suivre, à la campagne, à la ville, ou n'importe où.

Il n'est que juste que vous sachiez ce que vous "avez à faire." Si votre maison est située sur une ferme—comme le sont, grâce au Ciel, la plupart des maisons canadiennes—vous êtes, vous et votre mari, les citoyens les plus indépendants et les plus fortunés que l'on puisse rêver. La ferme est le meilleur endroit pour élever des enfants. En effet, votre ferme vous fournit presque tous les aliments dont vous avez besoin, vous épargnant ainsi de très lourdes dépenses.

Toutefois, dans chaque maison, il est essentiel qu'on sache parfaitement à quoi s'en tenir su sujet de l'argent disponible, et qu'on sache aussi quand la maîtresse de maison pourra disposer de telle ou telle somme pour effectuer certains achats nécessaires. De même, sur une ferme, il faut savoir quand et comment utiliser la viande, les fruits, les légumes, les produits laitiers, les œufs, la volaille, etc. Ceci doit être tout calculé d'avance.

Trois repas par jour

Il faut à chacun trois repas par jour. Vous devriez savoir faire la cuisine avant de vous marier. Il n'est pas juste que vous fassiez des expériences aux dépens de l'homme que vous aimez. Allez à une école ménagère, si possible, ou à une école technique; ou encore allez passer quelque temps chez une amie ou connaissance qui pourra vous apprendre comment apprêter les aliments. C'est une injustice à l'égard de votre futur mari, que d'entrer en ménage avant de savoir préparer un bon repas et tenir une maison et son meublier en bon ordre.

Autres choses

Il existe encore nombre d'autres choses qu'il vous faudra connaître. Par exemple, en ce qui concerne la couture, le reprisage, les dépenses à faire, etc. Toutefois, si vous aimez votre mari et votre foyer, et si vous avez à cœur de faire votre devoir dans l'établissement et le maintien de votre maison, vous ne manquerez pas de réussir.

Allons, du courage!

Allons, à l'œuvre! et ne vous laissez pas abattre. Peu importe ce qui arrive, si vous conservez votre égalité d'âme. Vous pouvez toujours faire quelque chose pour améliorer les

pires situations. Faites-le. Même pour ce qui concerne la toilette, par exemple, "soyez dans la note." De jolis vêtements, selon vos moyens, vous seront d'un grand secours. Un chapeau neuf, un nouveau costume ou une robe neuve donneront de l'aplomb, du *toupet*, comme on dit communément, à toute personne—homme ou femme—vouée à un rude labeur. Quand notre toilette est convenable, nous faisons tous meilleure contenance. Le choix et la confection des vêtements valent, à coup sûr, le temps et la peine qu'ils coûtent. Lorsque vous avez acheté les toilettes les plus convenables et les plus élégantes que vous permet prudemment votre bourse, cessez pour un moment de rêver chiffons! Ne dépensez pas tout votre argent. Faites de l'épargne et placez votre avoir à la banque.

Tout ira bien

Sans doute existe-t-il, concernant les devoirs des gens mariés, nombre d'autres choses que l'on pourrait vous souffler à l'oreille; mais vous ne tenez assurément pas que l'on insiste ici même sur de tels conseils. Votre maman ou votre sœur mariée, vous ont fort probablement renseignée sur tous ces sujets. Que si, toutefois, vous vous trouviez peu au courant de certains détails, allez, avant votre mariage, consulter quelque médecin sage et éclairé.





LES PETITS LIVRES BLEUS

COLLECTION DU FOYER

---

1. LA PREMIÈRE ÉTAPE AU CANADA
2. COMMENT CONSTRUIRE UNE MAISON CANADIENNE
3. COMMENT FONDER UN FOYER CANADIEN
4. LES FOYERS-VEDETTES AU CANADA
5. CANADIENS, BUVEZ DU LAIT!
6. LA CUISINE CANADIENNE
7. COMMENT TENIR MAISON AU CANADA
8. COMMENT PRENDRE SOIN DE MAMAN
9. COMMENT PRENDRE SOIN DE LA FAMILLE
10. COMMENT PRENDRE SOIN DU BÉBÉ
11. COMMENT ÉLEVER LES ENFANTS
12. COMPTABILITÉ DOMESTIQUE AU CANADA
13 LES DÉCHETS FAMILIERS
14. ACCIDENTS ET PREMIERS SECOURS

On peut obtenir gratuitement des exemplaires des ouvrages ci-dessus mentionnés, si l'on veut bien adresser sa demande comme suit:

S. D. S. M.

LE SOUS-MINISTRE,
MINISTÈRE DE LA SANTÉ,
Ottawa, Canada.

Mentionnez si vous désirez l'édition anglaise ou l'édition française.—Vous n'avez pas besoin d'affranchir votre lettre.